

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787040300307

10位ISBN编号：7040300303

出版时间：2010-6

出版时间：蔡志坚 高等教育出版社 (2010-06出版)

作者：蔡志坚

页数：334

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<大学体育>>

内容概要

为深入贯彻“健康第一”指导思想，结合广大院校开展的“全国亿万青少年阳光体育运动”，编者在普通高等学校体育教学条件的现实状况的基础上，以满足当代大学生对身心和谐发展的需要，以身体练习为基本手段，以培养大学生终身从事体育锻炼的良好习惯、有效增强学生的体质和身心健康为目标组织编写了本教材。

《高等学校公共体育通用教材：大学体育》分为上下两篇，上篇主要介绍了体育运动与健康、体育卫生与保健、运动与营养等内容；下篇则主要包括田径运动、足球运动、网球运动、健美操、武术、跆拳道等运动项目。

书籍目录

上篇 基础理论篇第一章 大学体育概论第二章 体育运动与健康第三章 体质锻炼与评价第四章 体育卫生与保健第五章 运动与营养第六章 体育欣赏下篇 运动实践篇第七章 田径运动第八章 篮球运动第九章 排球运动第十章 足球运动第十一章 乒乓球运动第十二章 羽毛球运动第十三章 网球运动第十四章 健美操第十五章 基础体操第十六章 体育舞蹈第十七章 瑜伽第十八章 武术第十九章 游泳第二十章 野外生存第二十一章 跆拳道第二十二章 休闲体育附录：《国家学生体质健康标准》主要参考文献

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>